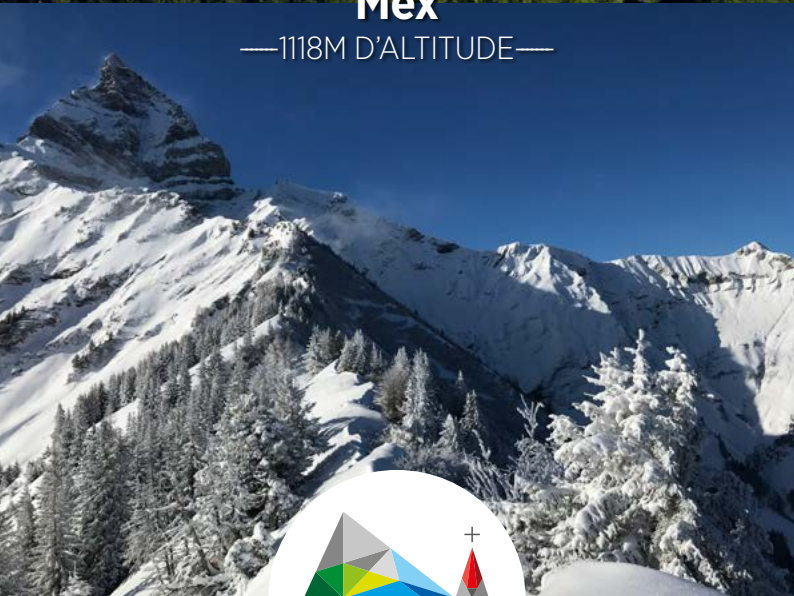




# Randonnées au départ de **Mex**

—1118M D'ALTITUDE—



[www.saint-maurice.ch](http://www.saint-maurice.ch)













Swiss Mobile








## Sommaire

La Chaux	4
Sur le Tour des Dents-du-Midi	6
L'Aiguille de Mex	8
L'Aiguille de Mex (hiver)	10
L'Au de Mex	12
Chemin de la carrière	14
Le col du Jorat	16
Sentier du Scex Blanc	18
Tour des Chalets	20
Carte de la région	22





### LEXIQUE DES SIGNES

-  Dénivelé positif
-  Dénivelé négatif
-  Distance
-  Temps de marche
-  En boucle
-  Altitude maximum
-  Altitude minimum
- NIVEAU 1 Niveau de difficulté facile
- NIVEAU 2 Niveau de difficulté moyenne
- NIVEAU 3 Niveau de difficulté difficile
-  Panneau didactique
-  Praticable en peaux de phoque
-  Praticable en raquettes

-  Départ
-  Sens du parcours
-  Variante de parcours
-  Rajout en temps pour la variante

-  Car postal (départ/arrêt St-Maurice gare, Epinassey, Mex)
-  Office du Tourisme

### BALISAGE - SIGNALISATION

-  chemin de randonnée pédestre, indicateur de direction
-  marquage de rappel
-  chemin de randonnée de montagne, indicateur de direction
-  marquage de rappel



### INTERNET

[www.SuisseMobile.ch](http://www.SuisseMobile.ch)


### CHEMIN PÉDESTRE

Les chemins de randonnée pédestre ne posent pas d'exigences particulières aux utilisatrices et utilisateurs. Ils doivent porter de bonnes chaussures de montagne avec une semelle profilée, un équipement adapté au temps qu'il fait et avoir avec eux des cartes topographiques.

# La Chaux

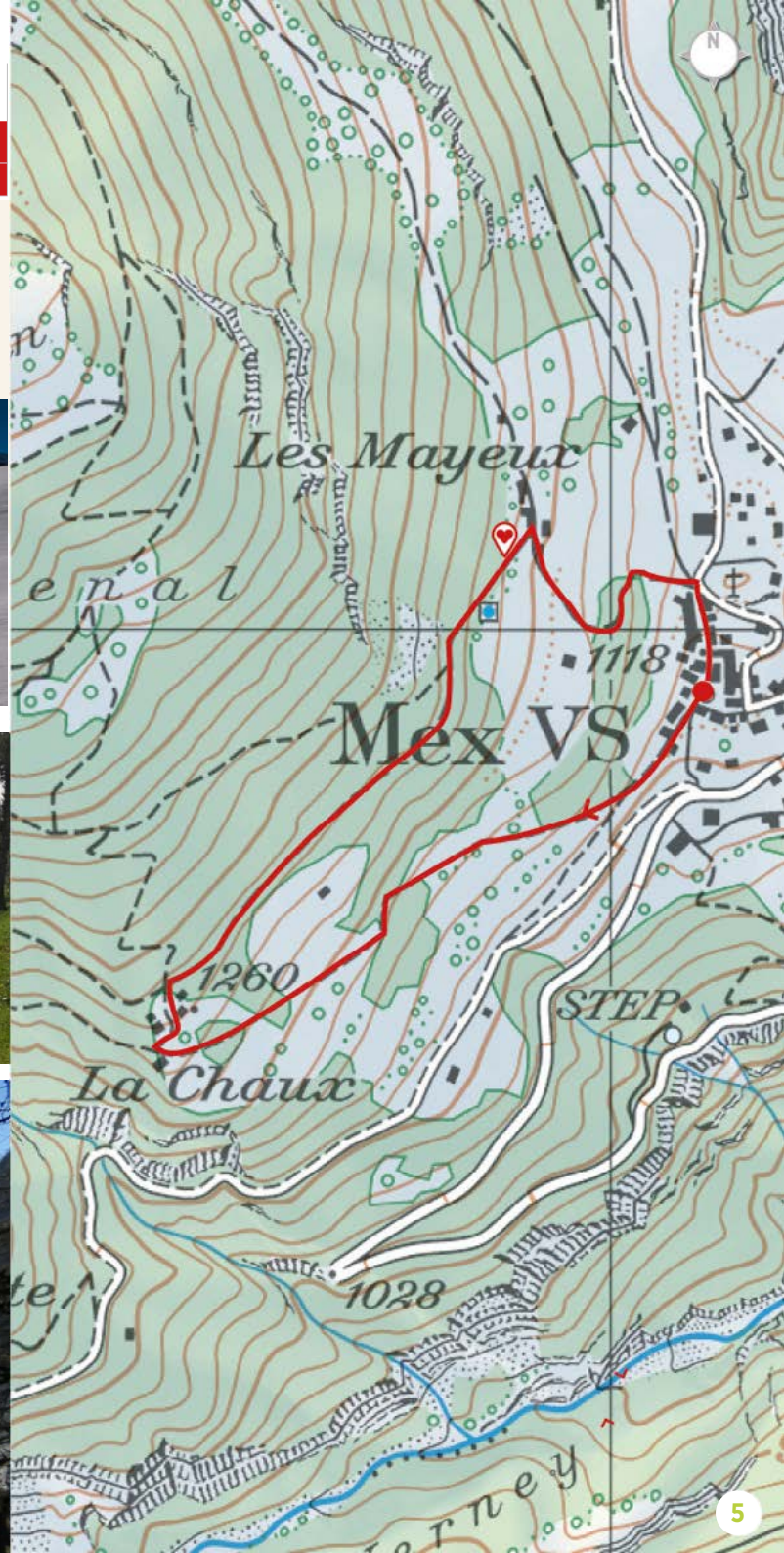
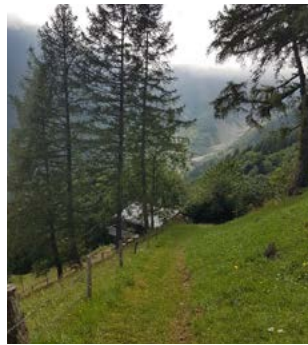
							NIVEAU	BALISAGE
164 m	164 m	1,8 km	48 min	oui	1274 m	1112 m	1	

**Balisage** : Les Mayeux, La Chaux, Mex  
**Départ / Arrivée** : Place du village de Mex

 Passage au pied des éboulis de l'ancienne carrière d'ardoises de Mex



Le sentier que vous empruntez s'élève rapidement et traverse une agréable forêt de hêtres avant d'atteindre le pâturage des Mayeux. Ce chemin est une « trésure », c'est-à-dire un chemin servant à l'acheminement des bois. À l'époque, cette randonnée était surnommée « le petit circuit des alpages ».

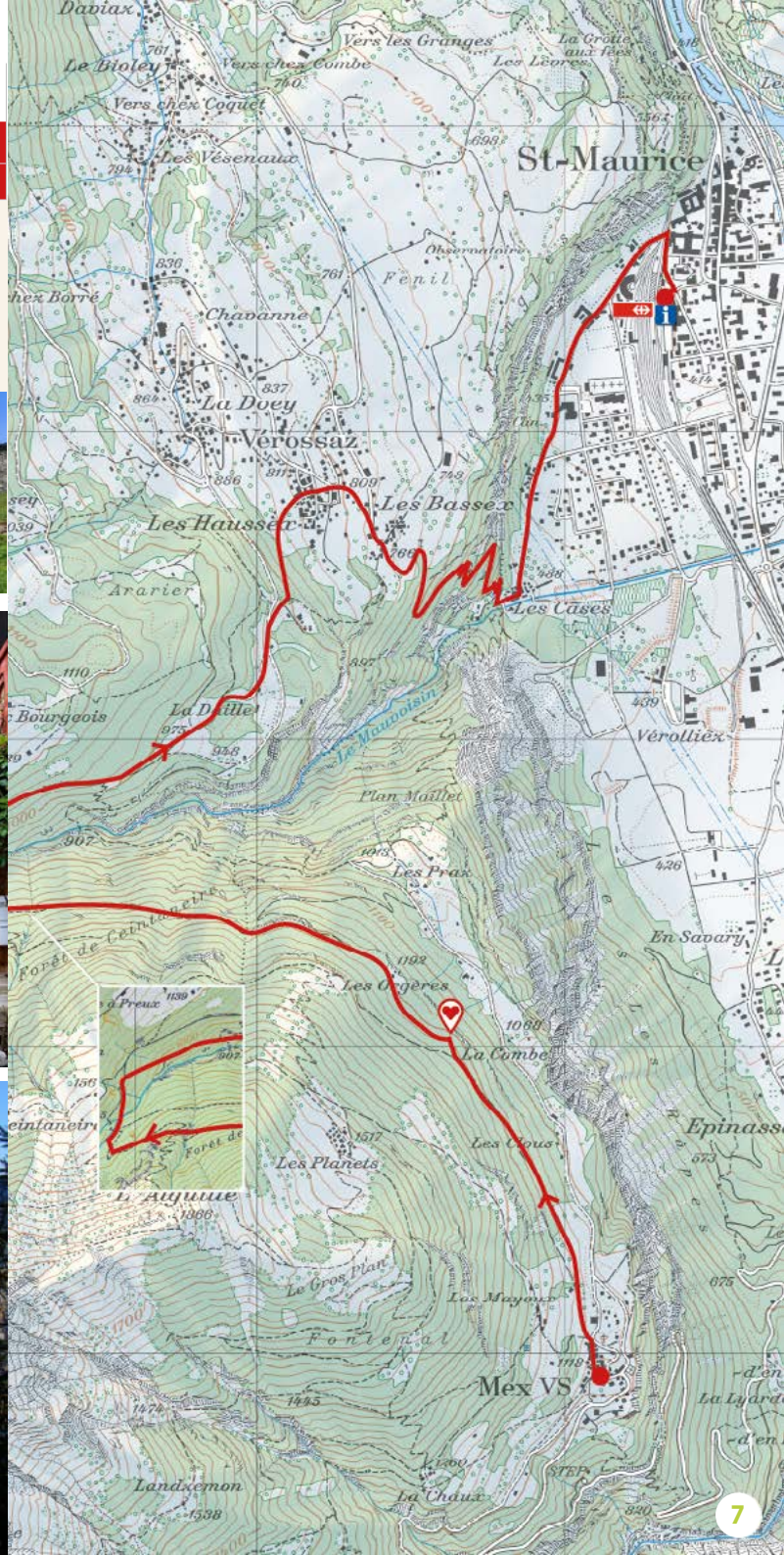
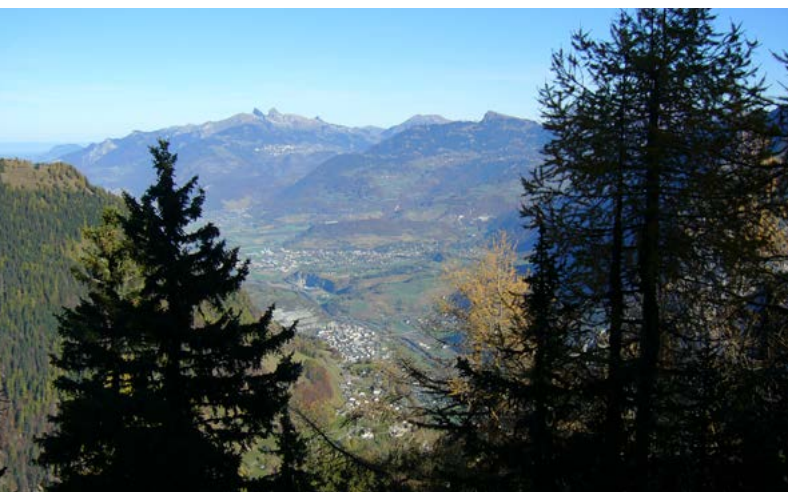
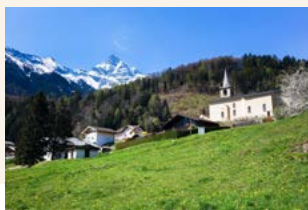


# Sur le Tour des Dents-du-Midi

↗	↘	→	🕒	↺	↑	↓	NIVEAU	BALISAGE
192 m	911 m	8,94 km	2h40	non	1226 m	415 m	2	👉

**Balisage :** Tour des Dents-du-Midi  
**Départ :** Place du village de Mex  
**Arrivée :** Office du Tourisme de Saint-Maurice

📍 Vue plongeante sur Saint-Maurice à travers les sapins.



# L'Aiguille de Mex - été

↗	↘	→	🕒	🔄	↑	↓	NIVEAU	BALISAGE
773 m	774 m	8,22 km	3h36	oui	1866 m	1133 m	2	👉

**Balisage :** Les Mayeur, Les Planets, L'Aiguille

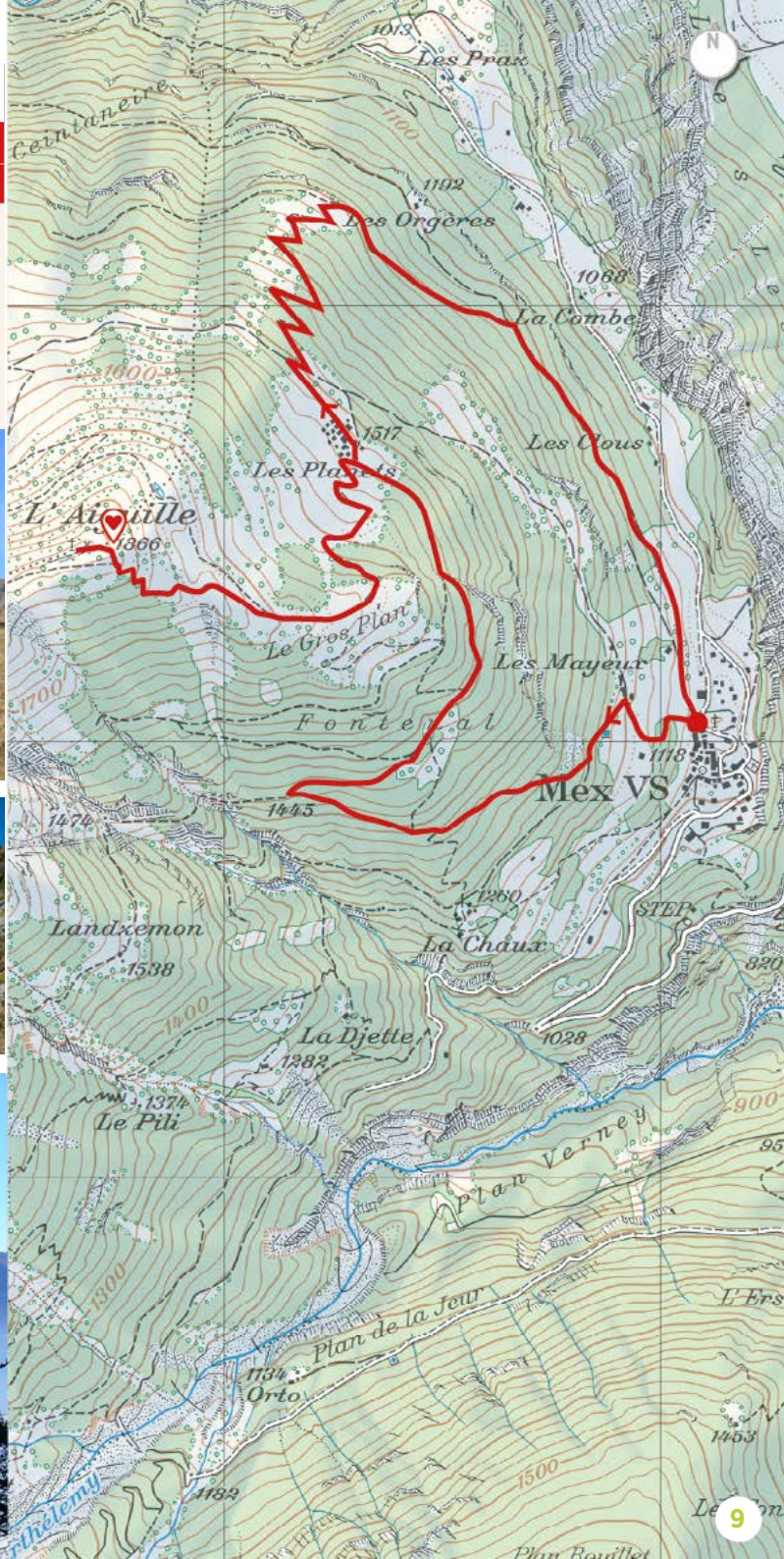
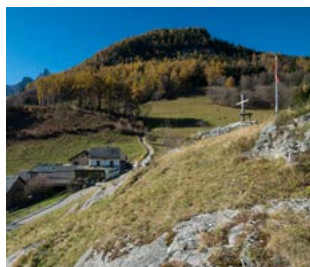
**Départ/Arrivée :** Place du village de Mex

📍 Vue à 360° du bassin lémanique au Mont-Blanc



Cette magnifique boucle vous permet de monter à L'Aiguille depuis le village de Mex en passant par l'alpage des Planets. La grimpe jusqu'à la Pointe de l'Aiguille marque le sommet du pâturage.

Avec ce panorama dégagé de tous côtés, c'est l'un des belvédères les plus beaux de toute la région.



# L'Aiguille de Mex - hiver

							NIVEAU	BALISAGE
733 m	1 m	2,99 km	2h10	non	1869m	1139 m	2	

**Balisage :** Les Mayeux, Les Planets, L'Aiguille

**Départ/Arrivée :** Place du village de Mex

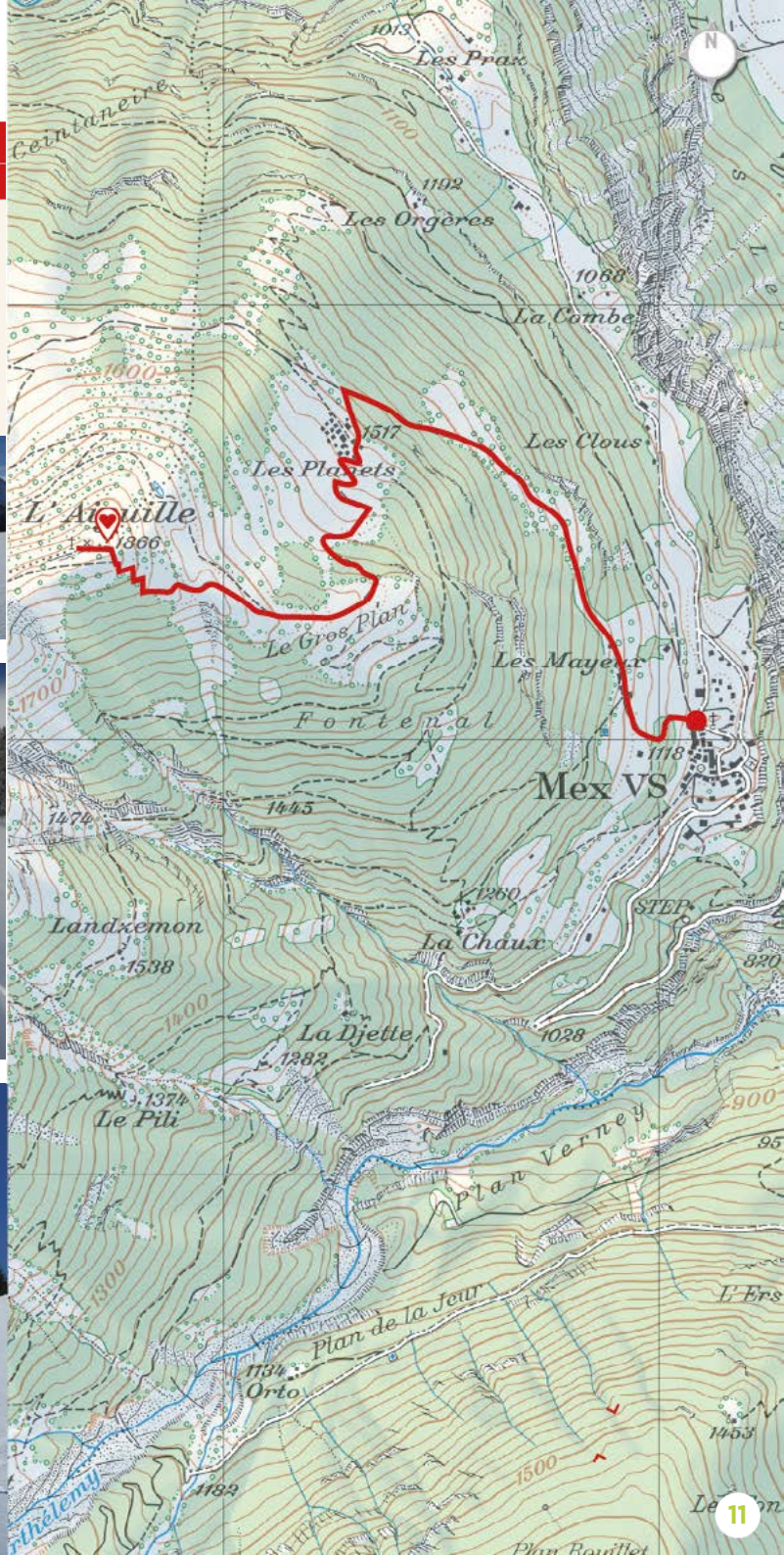


Vue à 360° du bassin lémanique au Mont-Blanc

Tout au long de votre randonnée, vous rencontrerez des traces laissées par des animaux dans la neige.



La pente s'élève directement sous les premiers mayens typiques, puis la montée s'effectue, régulière et soutenue sur un large chemin forestier. Vous arrivez déjà à l'alpage des Planets à 1517m d'altitude. En poursuivant votre route vers le sud, vous apercevez l'impressionnante Cime de l'Est et vous devinez à son pied, le sommet de l'Aiguille de Mex à 1866m. De là-haut, vous profitez d'une vue panoramique à 360°, du lac Léman aux plus grands sommets de nos Alpes.



# L'Au de Mex

↗	↘	→	🕒	🔄	↑	↓	NIVEAU	BALISAGE
781 m	792 m	7,03 km	3h34	oui	1848 m	1111 m	3	📍

**Balisage :** Mex, Langemont, Au de Mex  
**Départ/Arrivée :** Place du village de Mex

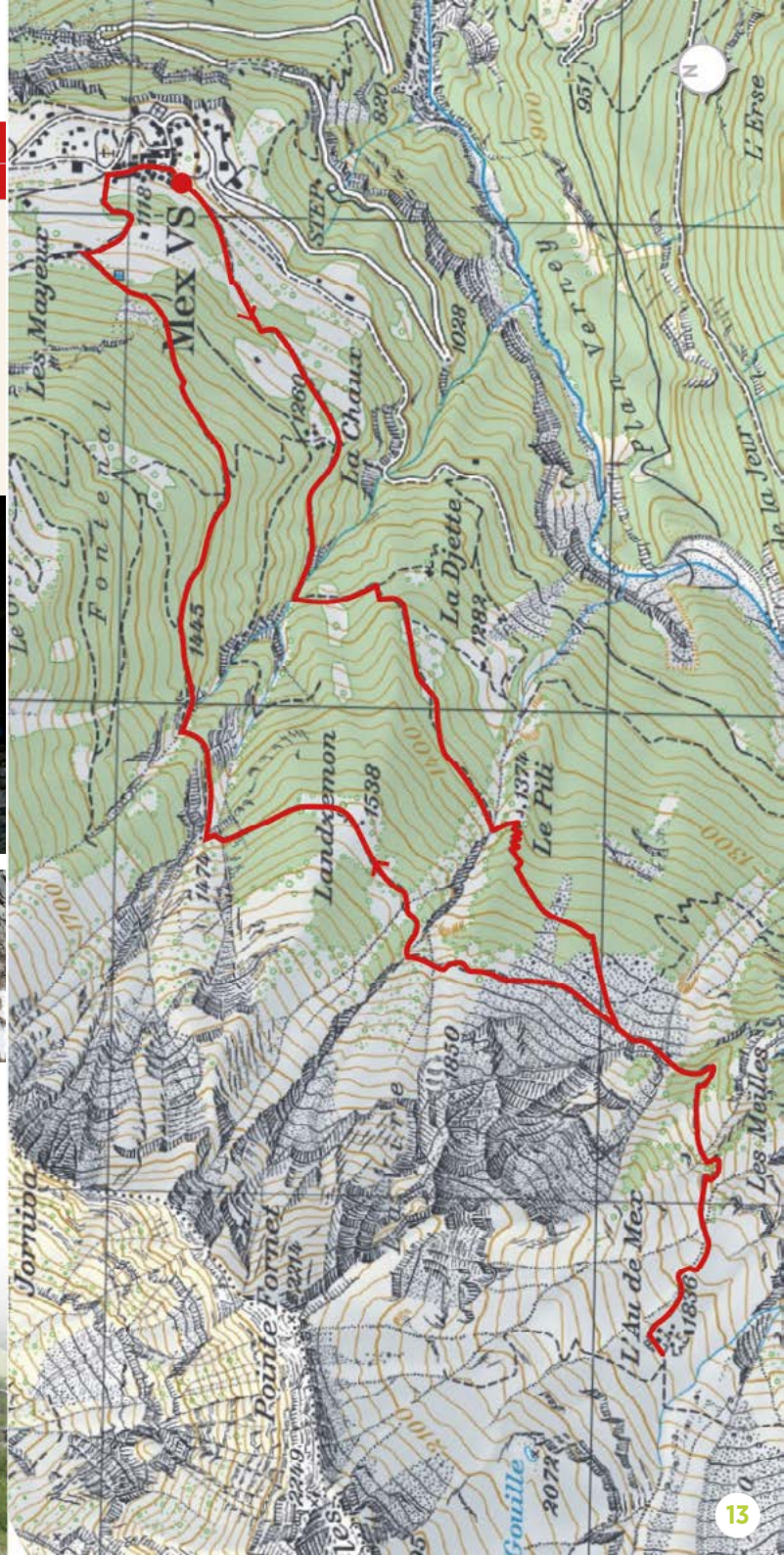
📍 Si vous avez de la chance, vous côtoierez chamois et bouquetins, présents en grand nombre dans cette région



**Un sentier souvent abrupt et escarpé (cordes fixes par endroits) rejoint un alpage d'une sauvage beauté, au pied de la Cime de l'Est, qui culmine à 3178m.**

L'alpage de l'Au, aride, rocailleux et écarté du monde, siège au pied des vertigineux précipices de la Cime de l'Est et de ses contreforts.

Cette randonnée est déconseillée aux personnes sujettes au vertige.



# Chemin de la carrière

↗	↘	→	🕒	🔄	↑	↓	NIVEAU	BALISAGE
844 m	844 m	10,76 km	4h13	oui	1226 m	417 m	3	👉

Départ/Arrivée : Place du village de Mex

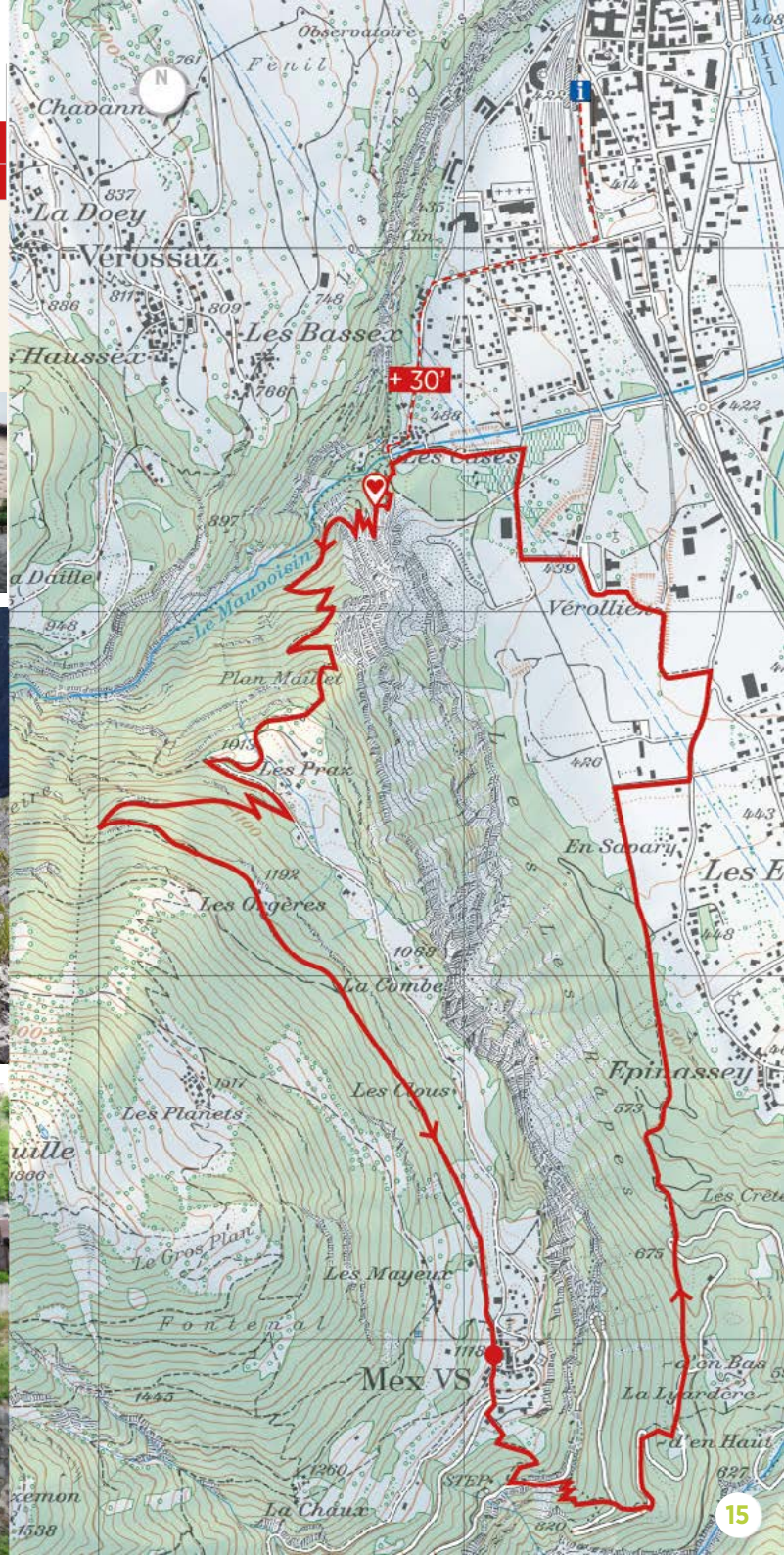
📍 Ancienne carrière de ciment, ne pas quitter le chemin.

Alternative - - - Petite halte en ville de Saint-Maurice pour visiter cette cité de charme et de caractère..



Depuis Mex, le balcon de Saint-Maurice, descendez en plaine, sur le petit village d'Epinassey en suivant le chemin biblique.

Vous arrivez à Saint-Maurice en passant par la Chapelle de Vérolle, lieu où se déroula le martyre de Maurice et de ses compagnons. Vous remontez ensuite à Mex par l'ancien chemin de la carrière, un sentier avec une pente exigeante. Vous atteignez le lieu-dit "Les Praz" et cheminez à plat jusqu'au village.





# Le col du Jorat

							NIVEAU	BALISAGE
1135 m	311 m	9,21 km	4h09	non	2213m	1110 m	2	

Départ : Place du village de Mex

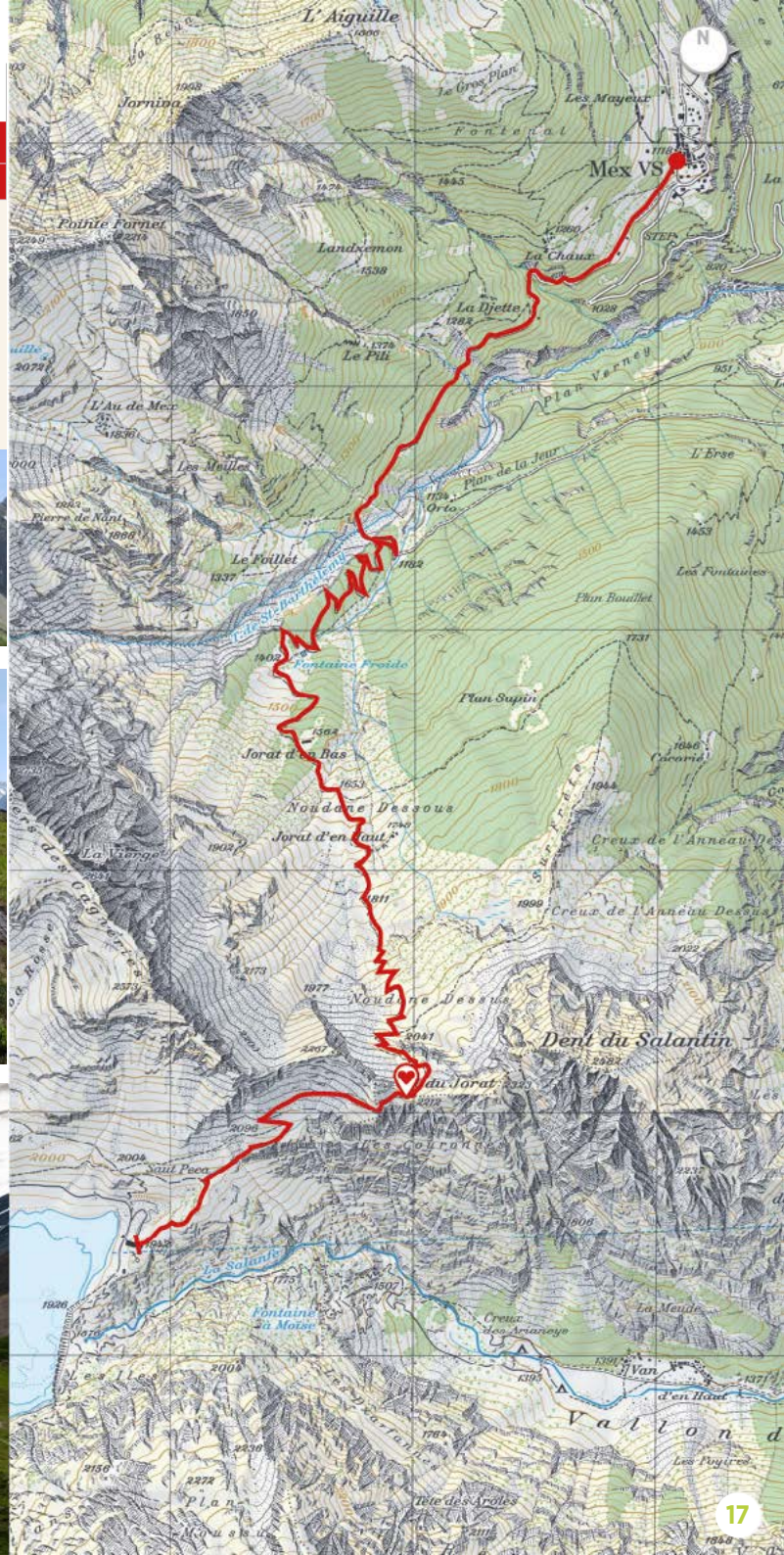
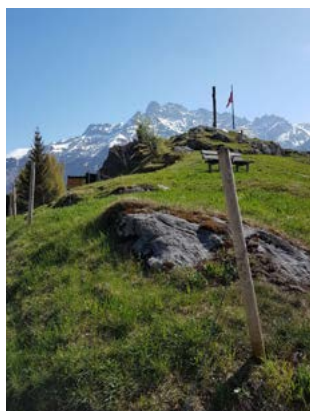
Arrivée : Auberge de Salanfe

Balisage : Tour des Dents-du-Midi

Depuis le col du Jorat, vue à couper le souffle sur le plateau de Salanfe.



Vous débutez la randonnée à Mex par la route forestière jusqu'au torrent de Saint-Barthélemy que l'on traverse sur une passerelle. Après une montée assez raide sur un sentier large aux nombreux lacets, vous retrouvez sur le col du Jorat (2210m.). De là, vous découvrez un point de vue magnifique sur le grand plateau de Salanfe. La descente en direction du lac se fait sans difficulté et permet d'atteindre l'auberge de Salanfe (1950m).



# Sentier du Scex Blanc



							NIVEAU	BALISAGE
402 m	401 m	4,30 km	1h51	oui	1527 m	1134 m	2	

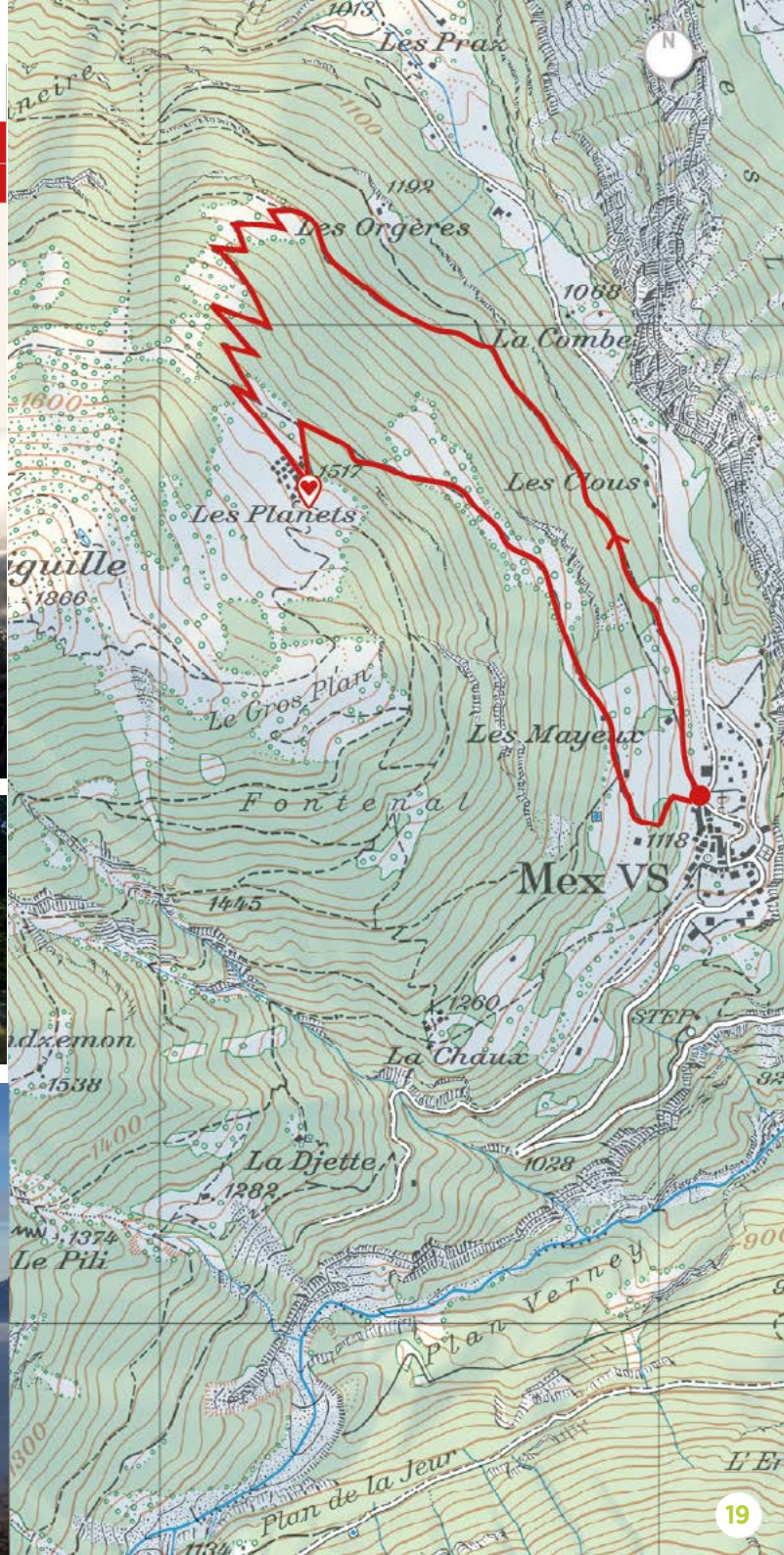
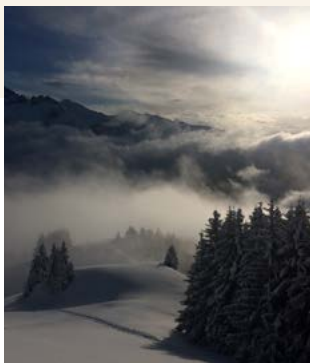
Départ/Arrivée : Place du village de Mex

Les Planets, petit alpage avec vue jusqu'au Léman.



Cette balade sur les hauts de Mex permet d'atteindre les Orgères par un chemin boisé. Vous arrivez ensuite aux Planets, où il vaut la peine de s'attarder à l'un ou l'autre des nombreux points de vue.

Le chalet du Ski-club d'Evionnaz offre l'avantage de pouvoir pique-niquer sur sa superbe terrasse. Pour le retour, empruntez le chemin très pentu entre les Planets et les Mayeux, où vous croiserez du bétail en saison.



# Tour des chalets

							NIVEAU	BALISAGE
832 m	729 m	9,95 km	4h15	oui	1732 m	1066m	2	

inauguré le 11 juillet 2020 par la Noble Bourgeoisie de Saint-Maurice pour son 850<sup>e</sup> anniversaire  
Départ/Arrivée : Place du village de Mex

chemin didactique (5 panneaux pour découvrir la région et ses chalets, sa faune et sa flore)

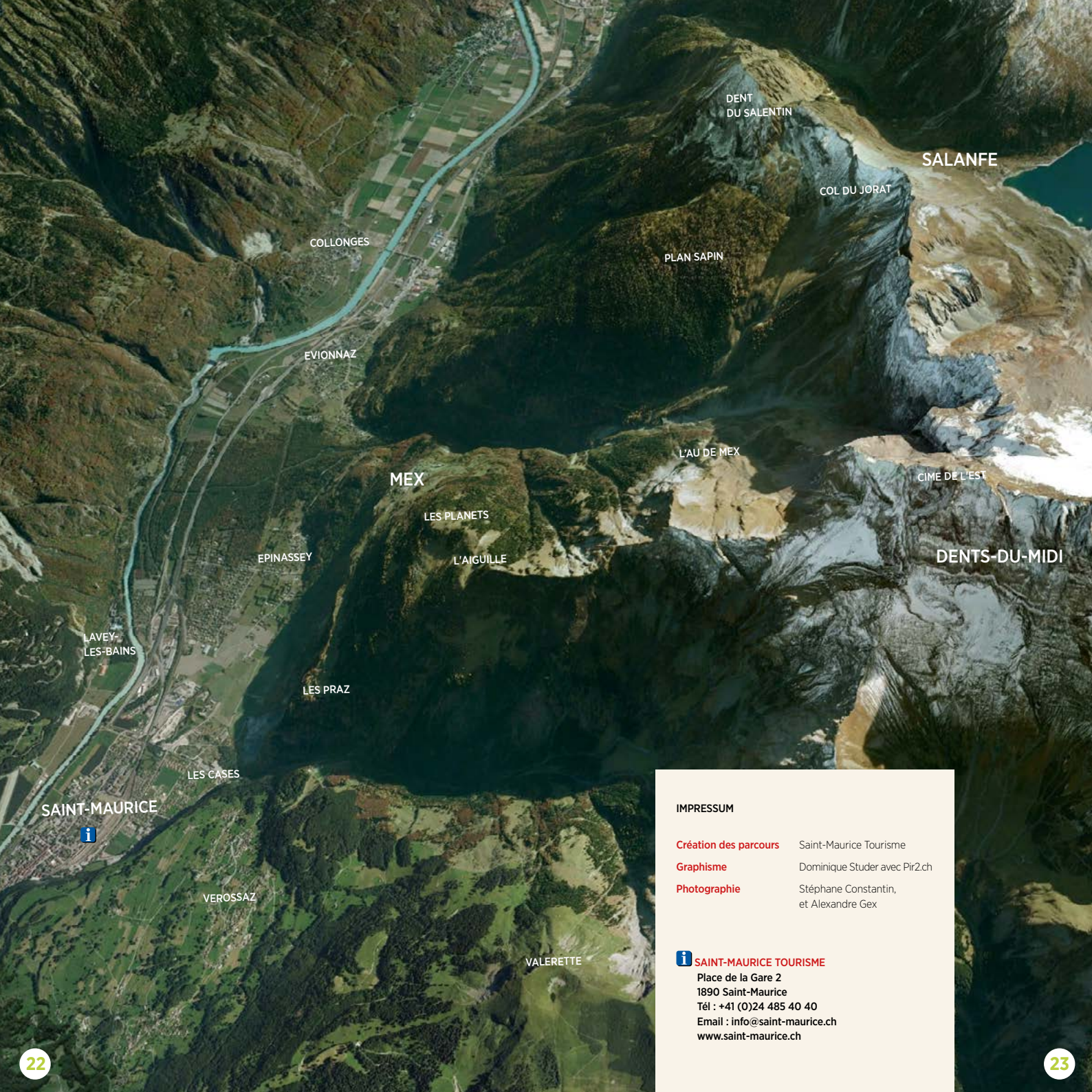


**bourgeoisie**  
1170-2020 850<sup>e</sup>

Cet itinéraire soutenu et pittoresque conduit à une vaste esplanade où vous distinguez encore diverses constructions du chantier des barrages du Saint-Barthélémy.


Un chemin raide, dominé par les impressionnantes parois du massif des Gagneries et de la Cime de l'Est, vous conduit jusqu'à Noudane Dessous.





**IMPRESSUM**

**Création des parcours** Saint-Maurice Tourisme  
**Graphisme** Dominique Studer avec Pir2.ch  
**Photographie** Stéphane Constantin,  
 et Alexandre Gex

** SAINT-MAURICE TOURISME**

Place de la Gare 2  
 1890 Saint-Maurice  
 Tél : +41 (0)24 485 40 40  
 Email : [info@saint-maurice.ch](mailto:info@saint-maurice.ch)  
[www.saint-maurice.ch](http://www.saint-maurice.ch)



**i** SAINT-MAURICE TOURISME

Place de la Gare 2  
1890 Saint-Maurice

Tél : +41 (0)24 485 40 40

Email : [info@saint-maurice.ch](mailto:info@saint-maurice.ch)  
[www.saint-maurice.ch](http://www.saint-maurice.ch)

FREE WIFI

 [@saintmaurice.tourisme](https://www.facebook.com/saintmaurice.tourisme)

 [@saintmauricetourisme](https://www.instagram.com/saintmauricetourisme)

 [@OTSaintMaurice](https://twitter.com/OTSaintMaurice)